

もっと

「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

広報もとみや

2024
Nov.
No.214

11

特集

スマイル!

子育て!

本宮市!!



今月の表紙

えぽか「子育てサロン」に、お母さんと遊びに来た松本創吾くん(2歳)。子育てサロンは地域子育て支援拠点の一つです。▶P2

P4 注目記事 公共交通だより「本宮市コミュニティバス」

保健課だより・情報なびは13ページから

スマイル！子育て！本宮市！！

市では、すべてのお子さんが笑顔で、健やかに成長できることを願い、子育て家庭をバックアップします！また、子育ては親だけでなく、地域の皆さんの見守りがとても大切です。子どもが安心して過ごせるよう地域の皆様のご協力をお願いします。

子育てをバックアップ！



本宮での子育てに
役立つ一冊！

もとみや
子育てハンドブック



◀ WEB版はこちらから
冊子はえぼか2階子ども
福祉課で配布しています。

「もとみや子育てハンドブック」は、これから出産される方、子育て中のお父さん・お母さんを応援するための情報誌です。子育てに役立つ行政サービス、親子で楽しめる施設や遊び場などの情報を掲載しています。

子育てについて心配・不安・疑問に思ったことがあれば、ぜひこのハンドブックを開いてみてください。そして、子育てで困ったとき、悩んだとき、相談したいとき、詳しい情報が知りたいときはお気軽にお問い合わせください。

子育てハンドブックに
掲載している支援などをご紹介します！

出産・育児をバックアップ！

助産師や保健師が 訪問します

妊娠後期と赤ちゃんが生まれてから、助産師や保健師が訪問します。訪問時におむつ（妊娠期）やギフト（出産後）をお配りしています。【ハンドブック P5】

子育て支援員が 訪問します

出産後8カ月頃を目安に、子育て支援員が家庭訪問します。子育ての相談や支援情報を提供しています。
→ 圏保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375

産前産後の家事育児を お手伝いします

妊娠届出時から産後6カ月まで、1回500円（2時間）でヘルパーによる家事育児の支援を行っています。（10回まで）【ハンドブック P2】

親子で楽しい子育てをバックアップ！

親子で遊べる場所が たくさんあります

地域子育て支援センター、えぼか子育てサロン、さくらんぼひろばの3カ所の地域子育て支援拠点では、イベントの開催や子育ての相談にも応じています。
【ハンドブック P12、14～19】

地域で子育てを サポートします

本宮いどばたファミリーサポートセンターでは、「子どもを一時的に預けたい人」「子どもを自宅などであずかれる人」を仲介し、育児を援助しています。
【ハンドブック P13】

安心して 保育所・幼稚園に通えます

市内の保育所・幼稚園の3・4・5歳児クラスの保育料が無料となります。また、延長保育や預かり保育、子育て相談を通して子育て家庭を応援しています。
【ハンドブック P9～12】

学校生活をバックアップ！

スクールソーシャルワーカー (SSW)・ スクールカウンセラー (SC)

スクールソーシャルワーカー・スクールカウンセラーが家庭や学校、関係機関と連携して、児童・生徒が安心して学校生活を送れるよう支援しています。【ハンドブック P34】

チャレンジ学習

市内小学校・中学校の漢字検定、算数・数学検定、英語検定の受験希望者に対して、受験料の全額を補助しています。（一人当たり年度内1回に限り）
→ 圏教育部 幼保学校課 ☎ 24-5445



なんでも相談してください



★ こども家庭センターあゆみ（えぽか 2 階）をご利用ください！

こども家庭センターあゆみは、すべての妊産婦・子育て家庭・子どもに関する一体的な相談支援を行っています。

どこに相談したらいいの？こんなことを話してもいいの？どんな相談でも構いません。ぜひ、こども家庭センターあゆみへご相談ください！



母子保健に関すること

(妊婦さん、赤ちゃんの健康相談、家庭訪問 / お子さんの発育・発達や育児に関する相談 / 母子保健サービスの情報提供 / 不妊相談 など)

☎ 0243-24-5152

(保健福祉部 保健課)

児童福祉に関すること

(お子さんやご家庭のさまざまな悩みや困りごとに関する相談 / 親子のつどいの場や子育て支援サービスの情報提供 / ひとり親やヤングケアラーの方への支援 など)

☎ 0243-24-5375

(保健福祉部 子ども福祉課)

★ ヤングケアラーを知っていますか？

ヤングケアラーとは、家族にケアを必要とする人がいる場合に大人が担うようなケアと責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている 18 歳未満の子どものことをいいます。

家庭内のお手伝いかヤングケアラーなのか、判断は大変難しいものです。学校生活に支障が
できるほど日常的に家事や家族の世話などを行っている場合や、年齢や成長の度合いに不釣り合いな責任や負担がある場合は、ぜひご相談ください。



『自分はヤングケアラーかもしれない』『ヤングケアラーかもしれない子どもがいる』といった相談や、困りごとがありましたら、下記にご相談ください。

ふくしまヤングケアラー SNS 相談窓口



LINE で 24 時間相談を受け付けています。
(対応時間：16:00～21:00
※土日祝日、12/29～1/3 を除く)

★ 11 月は児童虐待防止推進月間（オレンジリボンキャンペーン）です

いちはやく 「189 気づいてあげて そのサイン」

児童虐待に関する相談対応件数は増加傾向にあり、子どもの生命が奪われる重大な事件がおこるなど、深刻な状況が続いています。子どもの「命」と「権利」そしてその「未来」は、社会全体で守らなければなりません。



虐待は、「身体的虐待」「ネグレクト」「心理的虐待」「性的虐待」の 4 種類に分けられます。暴力だけでなく、食事を与えない、学校に行かせない、無視するなど虐待と言えます。

もしあなたの周りに心配な親子がいたら、勇気を出して相談してください。匿名の相談にも応じており、秘密は固く守られます。

いちはやく ■虐待かなと思ったら「**いちはやく** 189」にダイヤルを！

■子どもの生命に危険がおよぶと感じたときは

警察へ 110 番通報を！



オレンジライトアップ

キャンペーン期間中、みずいろ公園の滝をオレンジ色にライトアップします。
▶期間：11/1(金)～11/30(土)
▶時間：16:30～21:00

市の職員給与と職員数の状況

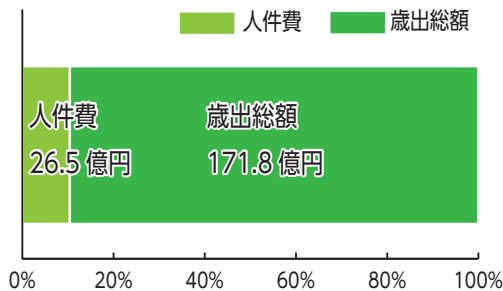
市政の公平性および透明性を確保するため、「本宮市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員の給与や職員数、勤務条件などの人事行政の運営状況について、市民の皆さんへお知らせします。



固総務政策部 総務課 ☎ 24-5302

1 職員給与の状況

● 歳出総額に対する人件費（令和5年度）



2 一般行政職の給与などの状況

●（令和6年4月1日現在）

平均年齢	40 歳 6 カ月
平均給料月額	312,300 円

● 初任給（令和6年4月1日現在）

区分	初任給
大学卒	200,500 円
高校卒	169,900 円

● 職員手当（令和6年4月1日現在）

区分	6月	12月	計
期末手当	1.225 月	1.225 月	2.45 月
勤勉手当	1.00 月	1.00 月	2.00 月
計	2.225 月	2.225 月	4.45 月

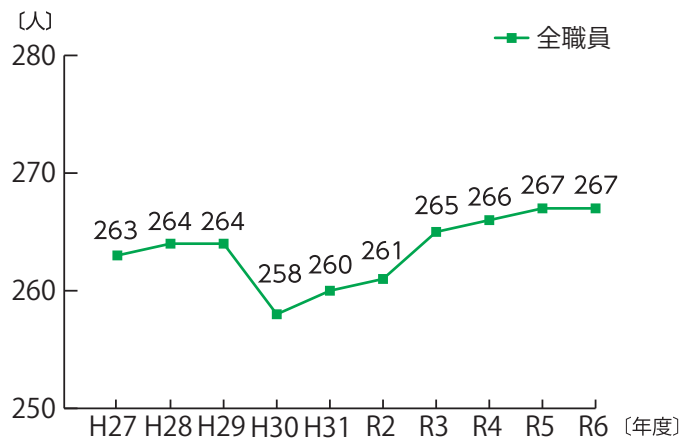
3 特別職の報酬などの状況

●（令和6年4月1日現在）

区分	給料・報酬月額	期末手当
市長	920,000 円	6 月期 1.675 月
副市長	700,000 円	12 月期 1.675 月
教育長	644,000 円	計 3.350 月
議長	414,000 円	
副議長	368,000 円	6 月期 1.675 月
常任委員長	340,000 円	12 月期 1.675 月
議会運営委員長	340,000 円	計 3.350 月
議員	330,000 円	

4 職員数の状況

● 職員数の推移（各年4月1日現在）

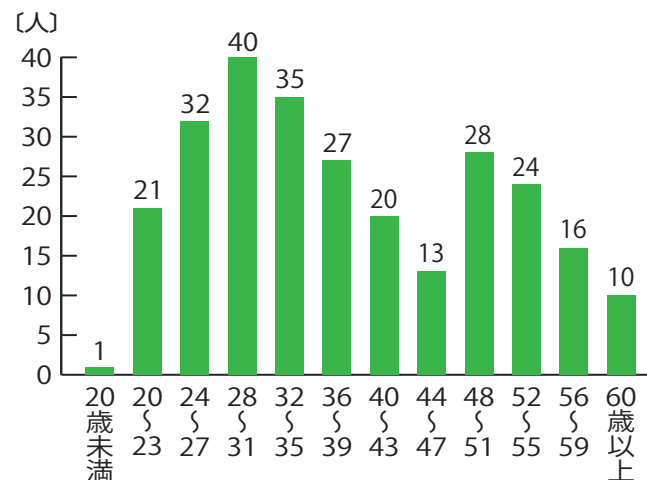


※職員数は事務職や保育士などの正職員で、再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員を除きます。

※再任用短時間勤務職員は、令和6年4月1日現在、4人を再任用しました（常勤の再任用職員5人については上記の表に含む）。

※地方公務員法第22条の2第1項第2号の規定に基づく常勤の会計年度任用職員として、令和6年4月1日現在、保育士など8人を任用しました。

● 年代別職員構成（令和6年4月1日現在）



● 職員の採用・退職

（令和5年4月2日～令和6年4月1日）

採用者数	15 人
退職者数	15 人

人もげんき!
まちも元気!

まちの話題

9/19 秋の全国交通安全運動 合同出動式が行われました



郡山北警察署本宮分庁舎で、秋の全国交通安全運動合同出動式が行われました。夕暮れ時が早くなり、交通事故が多くなる季節です。一人ひとりが気を付けて、交通事故を減らしましょう。

9/8 令和6年度本宮市敬老会が 各地区で開催されました



9月8日から22日にかけて各地区で開催され、市内の70歳以上の高齢者の皆さんが参加しました。金婚夫婦の表彰が行われたほか、地元芸能団体による発表や保育所・幼稚園の子どもたちの歌や踊りが会場を盛り上げました。

9/28 キッズドリームミュージアムが 開催されました



9月28日と29日、一般社団法人もとみや青年会議所主催により本宮運動公園で開催されました。参加した子どもたちは、全身アート体験やお仕事体験など、さまざまなステージプログラムやアクティビティを楽しみました。

9/21 本宮市ふれあい美術館が オープンしました



本宮市ふれあい美術館がオープンし、オープン当日から多くの方が来場しました。美術館では、英国自動人形など約20点を無料で常設展示しています。他にも、さまざまな企画展も開催しますので、ぜひお越しください。

9/29 和田防犯協議会 防犯標語の立て看板を設置



和田防犯協議会では、防犯標語を和田小学校の5、6年生から募集し、入選標語の立て看板を設置しました。

- ・鈴木龍輝さん「その電話 ほんとにまごの電話かな」
- ・関颯太さん「どろぼうは あなたをみている かぎかけて」

9/28 オレンジ・ランプ上映会が 開催されました



世界アルツハイマー月間の一環として、白沢公民館大ホールでオレンジ・ランプ上映会が実施されました。参加された皆さんは若年性認知症が題材の映画を鑑賞し、認知症についての理解を深めました。



10/4

**2024SAGA
国スポ・全障スポ参加報告会**

国民スポーツ大会に出場する齋藤翔惶選手（柔道）と全国障がい者スポーツ大会に出場する菅野晴斗選手（フライングディスク）が市役所を訪れました。他にも、国民スポーツ大会に後藤栄輝選手（ハンドボール）が出場します。

9/30

認知症見守りサポーター講座

えぼか健康増進広場で認知症見守りサポーター講座が実施されました。「認知症の人や家族を地域で支える」をテーマに、参加された皆さんは認知症の方を地域で見守る際のポイントについて学びました。

10/5

**福島レッドホープス
2024 ファンフェスティバル**

福島レッドホープス 2024 ファンフェスティバルが、しらさわグリーンパーク野球場で開催され、退任する岩村監督などからあいさつがありました。選手との交流イベントなども行われ、多くの参加者がイベントを楽しみました。

10/5

**本宮市長杯市民パークゴルフ大会が
開催されました**

第8回本宮市長杯市民パークゴルフ大会が、コミュニティ交流広場パークゴルフ場で行われ、市内外から109人が参加しました。2ラウンドによる競技を行い、参加者は日頃の練習の成果を発揮しました。

10/6

**令和6年度本宮市まゆみクラブ連合会
高齢者作品展示会**

10月4日から6日にかけてえぼかで開催され、工芸品や絵画、手芸品など約90点の作品の展示がありました。県老人クラブ連合会会長賞には橋本徳治さん（長屋新生会）のペットボトルやアルミ缶を再利用した作品が選ばれました。

10/6

**市町村対抗福島県軟式野球大会
本宮市チーム第3位入賞！**

第18回市町村対抗福島県軟式野球大会で、本宮市チームが第3位となり、過去最高の成績を収めました。会津坂下町、福島市、平田村、郡山市に勝利し、準決勝に進出しましたが、惜しくもいわき市に敗れました。

Life!

Work!

ヒトとシゴト つながるもとみや

福島県の『へそのまち もとみや』
交通の要衝である本宮市には多数の企業が立地し、本宮で
生活する若者も多く働いています。このコーナーでは、
そうした働く若者と企業を紹介していきます。
本宮で働き、暮らす選択を考えてみませんか。

紹介者：菅野建設工業株式会社

浅野 ^{しょうた} 正太 さん (25)

本宮市高木在住

Work!



Q. どんなお仕事をしていますか？

A. 工事課の職員として現場を管理する仕事をしています。
具体的には現場の施工状況の写真撮影や型枠・配筋などの
出来型確認、掲示物や労務安全衛生に関する書類の管理、
業者間の連絡調整などを行っています。昨年は白沢公民館
の改修工事にも、数カ月という短い期間ではありますが携
わらせていただきました。好評に使用していただいている
ということで嬉しく思っています。

Q. 仕事でやりがいを感じることはなんですか？

A. 現場が進むにつれ、建物が着々と出来上がっているとき
にやりがいを感じます。また、携わった建物が竣工を迎え、
お客様にお引き渡したときは特にやりがいを感じます。発
注者の方や利用者の方の喜ぶ顔を見ることが、次の現場へ
のモチベーションにつながっています。



Life!

Q. 休みの日は何をしていますか？

A. 読書が好きで、小説から漫画ま
でいろいろな本を読みます。特に
好きなものはホラー小説です。ま
た、大学時代に専攻していたこと
もあり、民俗学に関する書籍も趣
味の範囲でよく閱讀しています。

Q. これから本宮市で働く人へ！

A. 買い物施設に病院、高速道路に
電車など生活に必要なものが身近
に揃っていて安心して働けます。
ぜひ本宮を選んでみてください。



取材企業

菅野建設工業株式会社
本宮市長屋字征矢田 6
TEL:0243-44-2120

事業内容：菅野建設工業株式会社は、昭和 24 年の創
業以来、総合建設業として土木・建築・舗装・上下水
道工事等の分野において地域社会の発展に貢献し、信
頼と技術、そして“絆”を培ってきました。一人ひと
りの成長は会社の成長・繁栄という覚悟を持ち、信頼・
信用され選ばれる企業であるよう、技術力・組織力・
団結力をもって、“絆”の名のもと、これからも取り
組んでまいります。

地域防災マネージャーの防災いろいろ

～避難の再考について～

石川県で起きた9月の大雨による被害については記憶に新しいことと思います。この大雨においては多くの人的被害があり、ご冥福をお祈りするばかりです。

皆さん、今一度災害からの避難について真剣に考えてみませんか？大雨による水害・土砂災害に関しては急に起きるわけではなく、兆候なども含め逃げるタイミングが他の災害に比べて多くあります。しかし、一旦これを逃してしまった場合は最悪の事態になることが容易に予想できます。

そこで重要になるのは、情報収集・計画です。

雨雲の動きについては気象レーダーなどの発達によりある程度の時間においては予想がつくようになりました。川の水位もアプリやインターネット、テレビのデータ放送で確かめることができる世の中になっています。

逃げることへの迷いは減らすことができます。「ここまで来たら必ず逃げる」、非常持出しはココ!連絡手段はコレ!と決めておき、そのために計画を作って家族と共有しましょう。「逃げられる内に逃げる」ためには日頃の準備が必要と言うことを覚えておきましょう。

地域防災マネージャー こさいひろし
小斎広志



福島地方気象台
Fukushima Meteorological Office



◀福島地方気象台のホームページはこちら



11月10日
白沢体育館前特設会場
10:00～15:30



第3回 もとみや SDGs+ ゼロカーボンプロジェクト

本宮から発信!～もっさい～

企業のSDGs活動、カーボンゼロ活動などを楽しく体験!



多彩で楽しいコーナー開催

会場内に「電気を使わず」様々な人力で動く遊び場が出現! みんなで力を合わせているような遊具に挑戦しよう。大きな働く車なども登場します!



みんなで作るみんなのラジオ
Fm Mot.Com 77.7 MHz

【お問い合わせ】
エフエム モットコム

TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050
web@fm-mot.com

Spill the Beans

エイミーとの英国散歩



こんにちは！国際交流員のエイミーです。
今月は、イギリスで11月に祝われる日を
1つ紹介したいです。



皆さん、ガイ・フォークスという人物について聞いたことがありますか。
1605年に、ガイ・フォークスとその仲間たちは当時のイギリス国王
ジェームズ1世と国会議事堂の貴族院を爆破しようとしていました。しかし、
やり遂げる前に彼らは捕まり、その甚だしい計画は失敗に終わりました。
この事件は、「火薬陰謀事件（英：The Gunpowder Plot）」と呼ばれ、
1605年以来イギリスで毎年11月5日に祝われています。



国王が生き残ったことを祝うために、当時の国民は夜に焚き火（英：bonfire）を焚きました。
この祝い方に由来して11月5日は「ボンファイヤー・ナイト」と言います。時とともに、
主に花火で祝う日になりましたが、現在も焚き火で祝うことも多く、ガイ・フォークスの
わら人形を焚き火で燃やすこともあります。

実際、イギリスではボンファイヤー・ナイトに公共の焚き火や花火
大会がたくさん開催されます。キッチンカーにゲーム屋台にコーヒー
カップといった乗り物もあり、誰でも楽しい一晩を過ごすことができ
ます。また、お家で小さな焚き火をしたり花火を打ち上げたりする人々
もいます。私はボンファイヤー・ナイトを考えると、兄弟と庭で線香
花火を楽しんでいる場面を思い出して嬉しい気持ちになります。



フレンドシップカフェ

国際交流員と英会話や英国文化を学ぶ「フレンド
シップカフェ」を開催します。今月は、イギリス
や日本のボードゲーム・カードゲームを楽しむ特
別な「ボードゲームカフェ」です。参加は無料で、
英会話初心者や親子も大歓迎です。

- 日時** 11/16(土) 14:00～16:00
- 場所** モコステーション2階 中会議室
- 対象** 小学生以上 ▶定員：40人(先着順)
- 申込** 11/14(木)までに電話か電子メールで
申し込み。

〒教育部 国際交流課 ☎ 24-5303
メール：kokusai@city.motomiya.lg.jp

子ども向け

プチ・フレンドシップカフェ

子ども向け英語講座「プチ・フレンドシップカ
フェ」を開催します。全3回の講座を通し、英単
語を身につけながら、英国の児童文学、王室、有
名な食べ物について楽しく学びます。

- 日時** ① 11/24(日)、② 11/30(土)、③ 12/8(日)
10:30～11:30 ※全3回の講座です。
- 場所** えぼか2階 中会議室
- 対象** 小学校1～3年 ▶定員：15人(先着順)
- 申込** 11/20(水)までに電話か電子メールで
申し込み。

〒教育部 国際交流課 ☎ 24-5303
メール：kokusai@city.motomiya.lg.jp

本高通信

ココで創ろう君のミライ!



生地のご協力ありがとうございます!

総合的な探究の時間「リメイク女子ゼミ」では、SDGsの観点から不要品を回収し、それを日常使い出来る小物へリメイクする活動を行っています。

この度、市民の皆様のご協力のおかげでさまざまな生地をいただくことができました。ご協力くださった皆様、誠にありがとうございました。リメイクした物は冬頃に「えぼか」で販売の予定です。



▲いただいた生地や布



▲作業風景

待ちに待った修学旅行

2学年では、9月26日から9月29日までの3泊4日で、関西方面への修学旅行に行ってきました。

1日目は日中の気温が30度以上あり、季節が逆戻りしたような暑い中でしたが、姫路城見学やディナークルーズなど、非日常の体験を楽しみました。2日目、3日目のUSJや京都での班別自主研修では、友達と充実した時間を過ごし、絆を深めることができましたようです。

2年生は高校生活も振り返り地点です。修学旅行で高めたチームワークを今後の学校生活に生かしていきたいです。



▲ディナークルーズ
▲姫路城

がんばる
もとみやっ子!

学校ひろば

「学校ひろば」のコーナーでは、市内小中学校のイベントや行事などを毎月紹介していきます!

今月は、和田小学校『本宮市の特産品を子どもの力で』です。

▶特別な耕運機で深くまで
耕します



和田小学校の教育目標は「よく考える子ども・心豊かな子ども・たくましい子ども」です。また、「夢をもち、自他の幸せを考えながら、未来を拓く子ども」を掲げ、教職員と保護者、地域が一体となって、日々の教育活動に努めています。

本校では今年度から、とろろ芋(長芋)の栽培を行っています。ご存じのようにとろろ芋は本宮市の特産品であり、白沢地区を中心に栽培農家も複数あります。本校でも地域の栽培農家の方のご協力により、5月に3年生の児童が「総合的な学習の時間」で種芋を植えました。他の野菜の栽培のイメージとはまったく違う方法に子どもたちは驚いていました。その後、畑の近くを通るたびに、成長していく様子を見るのが楽しいと話す子どももいます。今月、いよいよ収穫の時期になります。とろろ芋を傷つけないように掘り起こす姿を思い浮かべながら楽しみにしている毎日です。1年間で10人の体験者は、10年間で100人になります。

今後も家庭・地域と連携を図りながら、持続可能な地域の未来を拓く子どもたちの教育活動を充実させていきます。

◀こんなに深く筒を埋めました



しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 中央公民館図書室 ☎ 24-1932

どちらの窓口からも借りることができます。

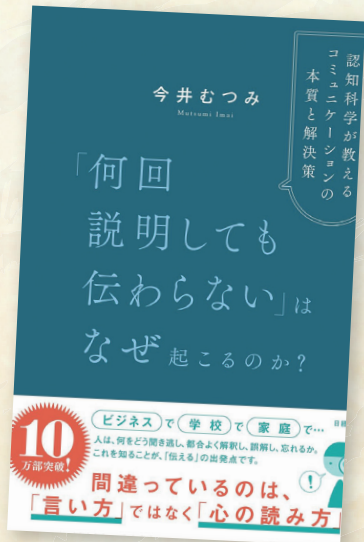
【利用時間】(火)~(土) 9:30 ~ 20:00 (日)・(祝) 9:30 ~ 17:00

【休館日】11月5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

※休館日や開館時間に変更になる場合もあります。ホームページや電話でご確認の上、ご来館ください。

RECOMMEND

今月の一冊



『「何回説明しても伝わらない」はなぜ起こるのか?』

▶著者 今井むつみ ▶出版 日経BP

本書は私たちが抱える、コミュニケーションの困りごとについて、認知科学と心理学の視点から、その本質と解決策について考えていく一冊です。

認知科学を専門とする著者は、「そもそもなぜ伝わらないのか」「うまく伝わらないとき、なにが起きているのか」「伝わる・理解してもらうために考えること」「伝わるコミュニケーションのとり方」などについて、正しく伝えるためにはどうすればよいのかを書いています。「本当に話せば分かるのか」という根本的な疑問から一つ一つ丁寧に考えていくところが魅力です。本書は、ビジネスの現場を想定して語られていますが、学校や家庭などでのコミュニケーションの悩みにも答えてくれています。

NEW ARRIVALS

おすすめ新着本



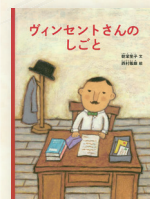
『元気?世界の子どもたちへ』
長倉 洋海



『10歳の選択』
齋藤 孝



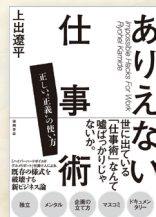
『ぼくはふね』
五味 太郎



『ヴィンセントさんのしごと』
乾 栄里子



『はたらく物語』
河野 真太郎



『ありえない仕事術』
上出 遼平



『無礼語辞典』
関根 健一

LIBRARIAN

公共図書館の現場から



「ムッシュ・ムニエルを ごしょうかいます」/佐々木 マキ

この本は、魔術師のやぎ、ムッシュ・ムニエルが自分の仕事を手伝わせるために魔術を使って一人の少年をさらおうとするお話です。幼稚園・保育所でのアニメーション(読書教育)の際に使用した絵本です。後日、図書館に「ムッシュ・ムニエルの本が読みたい」と言って来館したお子さんがいて、話を聞くと幼稚園で読んでもらって気になったとのことでした。その話を聞いて、アニメーションでのことをしっかり覚えていてくれたのだなと感心しました。【穴戸 萌さん/図書館司書】

図書館(室) イベント情報

秋の夢まつり 古書リサイクル市

とき 11月10日(日) 10時00分~12時00分

場所 しらさわ夢図書館・図書館前駐車場

内容 古書リサイクル市、オリジナルしおり・缶バッジ作り、移動図書館車「モトム号」による貸し出し

ちびっ子おはなし会

とき 11月13日(水) 10時30分~11時00分

場所 中央公民館 児童室

対象 幼児(2歳~)とその保護者

赤ちゃん・妊婦さんのおはなし会

とき 11月22日(金) 11時00分~11時20分

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

対象 赤ちゃん(0・1・2歳くらいまで)とその保護者、妊婦さんとその家族

ドリームおはなし会

とき 11月24日(日) 11時00分~11時45分

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

対象 幼児~小学生とその保護者、子どもの本に関心のある大人

風しんの抗体、持っていますか？ 大人も子どもも気をつけたい感染症「風しん」

風しんってどんな病気？

風しんは、風しんウイルスによって起こる感染症で、飛沫感染や接触感染によって広まります。子どもは発熱や発疹、首などのリンパ節が腫れ、数日で治ることがほとんどですが、大人が発症すると、高熱・発疹の長期化など重症化することもあります。

風しんは自覚症状が少ないため、気づかないうちに多くの人に感染させてしまう可能性もあります。妊娠初期の女性が感染すると生まれてくる赤ちゃんに心疾患や難聴などの障がい（先天性風しん症候群）を引き起こすことがあります。

風しんはみんなで予防しましょう！

予防接種を受けることが最も有効な予防法です。予防接種を受けることは、個人の感染予防だけでなく地域全体の感染予防のためにとっても大切なことです。

みんなで予防接種を受けましょう。

子どもの風しん対策

定期予防接種は2回。忘れずに

1歳から2歳になるまでの間に1回 就学前の1年間にもう1回



■ 定期接種の推奨期間
■ 任意接種の接種可能な期間

大人の風しん対策

2024年4月1日時点で45歳～62歳の男性の方には、市から抗体検査や予防接種を無料で受けられるクーポン券が送付されていますのでご活用ください。また、市では、妊娠を希望する女性やその配偶者などに対する抗体検査・予防接種の費用を助成しています。詳しくはえぽか2階 保健課 健康増進係へご相談ください。

園保健福祉部 保健課 健康増進係 ☎ 24-5112



保健課だより

きぼうホットライン 電話相談



毎週水曜日の10時から17時に、ここの健康電話相談「きぼうホットライン」を実施しています。

専門の精神保健福祉士が相談をお受けします。相談して34-5560までお気軽にお電話ください。

相談は無料、秘密は厳守します。

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

親と子の健康相談



育児のこと、お子さんの発達や健康のことなど、お気軽にご相談ください。お子さんの身長・体重測定もできます。（完全予約制。電話で申し込み）

▶日時：11/8（金）① 10:00～

② 10:20～③ 10:40～

▶場所：えぽか 1階 健康増進広場

▶持ち物：母子手帳、バスタオル、その他（替えのおむつなど）

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5152

こころの相談室

専門家（臨床心理士）が、心の悩み、不安などの相談に応じます。

▶日時：11/21（木）① 13:00～

② 14:00～③ 15:00～

▶場所：えぽか 2階 相談室

▶申込：11/8（金）から受付。予約制。

事前に電話で申し込みください。

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

今月はSIDS（乳幼児突然死症候群）の対策強化月間です

< SIDS とは >

それまですくすくと育ってきた赤ちゃんが、何の予兆もなく、病気もしていないにも関わらず、睡眠中に突然死する原因不明の病気です。

日本でのSIDSの発生数は減少傾向にあるものの、令和4年は47人の乳幼児がSIDSで亡くなっており、1歳未満の赤ちゃんの死亡原因の第4位となっています。発症するのは乳児期の赤ちゃんに多いですが、まれに1歳以上でも発症することがあります。また、多くが冬季に発生しています。

< SIDSの発症リスクを減らすポイント >

① 1歳になるまでは、寝かせるときは仰向けに寝かせる。

②なるべく母乳で育てる。

③タバコはやめる。

■ 睡眠中に赤ちゃんが死亡する原因には、SIDSのほかに、窒息などによる事故があります。

< 窒息事故を防ぐポイント >

①ベビーベッドに寝かせ、柵は常に上げておく。

②敷布団・マットレス・枕は固めのものを、掛布団は軽いものを使う。

③口や鼻を覆ったり、首に巻きつくものは近くに置かない。

園保健福祉部 保健課 母子保健係（こども家庭センターあゆみ） ☎ 24-5152

2024 本宮市しらさわ秋祭り



▲ 2023 本宮市しらさわ秋祭りの様子

- 日時 11/10 (日) 10:00 ~ 16:00
- 場所 白沢公民館・ふれあい夢広場・ふれあい美術館・白沢体育館周辺
- 内容 麦とろ飯早食い大会 / 湯どうぶ食べくらべ大会 / 久宝留理子スペシャルライブ / 献血コーナー / まゆみちゃん結婚 10 周年お祝いアトラクション / 野菜詰め放題ちびっこ選手権 / 作品展示 / 露店など



▲ 久宝 留理子さん

詳しい内容は市のホームページでお知らせします。
▶ 本宮市観光情報サイト「みずいろナビ」



閩産業部 商工観光課 ☎ 24-5382

info 情報ナビ

「行事」「募集」「健康」などあなたの暮らしに役立つ情報コーナーです。

本宮市役所 ☎ 0243(33)1111 (代表)
〒969-1192 本宮市本宮字万世 212

【本宮市公式ウェブサイト】

<https://www.city.motomiya.lg.jp/>

暮らしやイベント・観光、施策などに関する情報を発信しています。

本宮市 検索



【本宮市公式 LINE】

LINE アプリで

「本宮市」と検索し、
友達追加してください。



暮らし まゆみちゃん ガチャガチャ発売決定

まゆみちゃんファミリーのアクリルキーホルダーやまゆみちゃんグッズが入ったガチャガチャを発売します。価格は 1 回 300 円です。ラインナップや設置場所は以下の QR からホームページをご確認ください。



▲ 詳しくはこちら

閩総務政策部 秘書広報課 ☎ 24-5332

暮らし 本宮市戦没者追悼式 開催のお知らせ

戦没者を追悼し、冥福を祈るとともに恒久平和を願って開催されます。戦没者の遺族の皆様のほか、市民の方も参加できますのでご参列ください。

▶ 日時：11/27 (水) 10:00 ~

▶ 場所：白沢公民館 大ホール

閩保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371

ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？

◆ ヘルプマーク

ヘルプマークとは、援助や配慮が必要な人が持つマークです。

義足を使用している人や外見からは分からない内部障がい*、妊娠している人など援助を必要としている人がヘルプマークを持つことにより、周囲の方へ配慮が必要なお知らせをすることができます。

ヘルプマークを身に付けた方を見かけた場合には、電車・バス内で席を譲る、駅や階段付近で声掛けをする、災害時の避難支援をするなど温かいご配慮をお願いします。

*内部障がい…体の内部に障がいがあること。



▲ ヘルプマーク

◆ ヘルプカード

ヘルプカードとは、配慮が必要な人が困った時に、援助や手助けをお願いしやすくするためのカードです。カードには緊急連絡先や手助けして欲しい内容が記載されています。支援を求められた際にはご協力をお願いいたします。

本宮市では、下記の 3 カ所でヘルプマーク・ヘルプカードを交付しています。

・ 社会福祉課 (えぼか内)、市民課、白沢総合支所

閩保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371



オープの「ご法宴」

会席膳 5,500 円 ~
(税別)

■ イス席でのご準備 ■
室料無料・バス送迎有 (有料)

各種会合承ります。

- ・ 料理 3,500 円 ~ (税別)
- ・ 飲み放題 1,500 円 ~ (税別)
- ・ 室料無料《180 名様迄可能》

[各種ご宴会をお客様のプランにてご提案いたします]

ネーブルシティもとみや aube

TEL.24-8140 FAX.24-8141
〒969-1131 本宮市本宮南町裡 38 URL <http://www.m-mot.com/aube/>

広告

あなたの手で、
もとみやを守りませんか。



消防団員 募集



▲福利厚生や消防団活動の
詳細はこちらから



あなたの力を必要としています。 消防団に入って、一緒に本宮を守りましょう！

消防団は、一般の市民で組織し、火事や地震、台風などの災害時に地域の身近な防災リーダーとして、市民の安全と安心を守る役割を担っています。

近年、少子高齢化や働き方の多様化などの影響により全国的に消防団員数が減っており、本宮市消防団も同様に年々減少している状況です。市では消防団とともに団員の処遇改善や行事の見直しなどを図り、団員が活動しやすい環境づくりに努めています。

- ▶入団資格：本宮市に居住している方、18歳以上の方。
- ▶身分：消防団員は消防団長から任命された特別職の地方公務員です。
- ▶報酬：消防団員には、年額報酬と出勤報酬（日額）があります。
- ▶福利厚生：消防団員がケガや事故等で受けた損害を補償する制度があります。
※準中型免許取得補助や自家用自動車等損害保険などもあります。



▲令和元年度東日本台風災害後に道路清掃およびみずいる公園内清掃を行い
災害復旧活動に尽力する消防団

園市民部 防災対策課 ☎ 24-5365

相談 特設人権相談所を 開設します

12月4日から12月10日の人権週間に合わせ、人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。予約は不要で秘密は守られます。悩まずにご相談ください。

- ▶日時：12/9(月) 10:00～15:00
 - ▶場所：中央公民館 第1・2研修室
白沢公民館 第1研修室
 - ▶その他：「特設人権相談所」に限らず電話相談を行っています。悩み事がありましたら、お電話ください。
(年末年始を除く平日 8:30～17:15)
 - みんなの人権 110番
☎ 0570-003-110
 - こどもの人権 110番
☎ 0120-007-110
 - 女性の人権ホットライン
☎ 0570-070-810
- 園市民部 生活環境課 ☎ 24-5361

相談 「女性の人権ホットライン」強化週間

11月13日からの全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間の期間中、夫やパートナーからの暴力やストーカーなど女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、電話相談の取り組みを強化します。相談は人権擁護委員や法務局職員が対応します。秘密は守られますので悩まずにご相談ください。

- ▶日時：11/13(水)～11/19(火)
8:30～19:00
※土・日は10:00～17:00
 - ▶電話：0570-070-810
(全国共通ナビダイヤル)
- 園福島地方務局 人権擁護課
☎ 024-534-1994

暮らし 令和元年東日本台風から 5年 巡回パネル展

10月13日で阿武隈川流域に甚大な被害をもたらした「令和元年東日本台風」から5年が経過しました。阿武隈川上流流域治水協議会では、記録的な豪雨による当時の被害やこれまでの治水対策などを振り返り、この歴史的な大災害を忘れることなく、近年多発する水害への備えを改めて考えるきっかけとするため、「巡回パネル展」を実施します。

- ▶開催期間：11/21(木)～11/26(火)
- ▶展示会場：モコステーション
2階中会議室1・2
- ▶入場料金：無料
- ▶主催：阿武隈川上流流域治水協議会
園建設部 都市整備課 ☎ 24-5405

広告

住宅サポート楠木

TEL:0243-24-7418

- ◎排水管高圧クリーニング
1世帯分 ¥11,000
- ◎基礎補強工事・屋根外壁塗装など

〒969-1106 本宮市岩根字みずきが丘 1-539



水まわりのリフォームで
快適な暮らしを！
まずはご相談ください

株式会社 小山設備

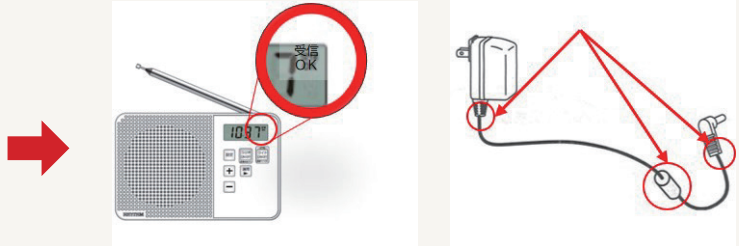
〒969-1124 本宮市本宮字仲町39
TEL0243-33-3031 FAX0243-33-3036

防災ラジオの点検をしてみませんか？

防災ラジオは電源のオン・オフを電波を使って行います。何らかの原因で受信状況が悪くなった場合、電源が点かず、防災無線が流れないことがあります。

CHECK

- 受信OKの表示は点滅していない
- ケーブルは断線していない
- 電池が液漏れを起こしていない
(普段は定期的に交換しましょう。)



POINT

- アンテナを伸ばしたり角度を変えたりすることで、受信状況が良くなる場合があります。
 - ・受信状況が悪い場合、ラジオ放送に「ザザッ」などのノイズが入ることがあります。
 - ・受信状況は家の中の電化製品や、屋外の電気設備、天候により変化する場合があります。
- 家の中の特定の機械がノイズ源になってしまっていることもあります。
 - ・過去には、部屋のライトや電話機、古い扇風機がノイズ源となっていた事例もあります。

●さまざまな情報取得手段を駆使しましょう



◀防災無線の内容をホームページに掲載しています。パソコンや携帯電話で閲覧できます。

Android



iPhone



▲福島県防災アプリをダウンロードしよう



▲テレビのデータ放送で気象情報を取得



不具合など、お困りの際は市民部 防災対策課までご相談ください。

閩市民部 防災対策課 ☎ 24-5365

正しい119番通報をしましょう！

11月9日は「119番の日」です。119番通報の利用方法を確認しましょう。

- ①安全な場所で、局番なしの**119**を押す。
(携帯・スマートフォンはダイヤル後に発信ボタンを押す。)
※携帯・スマートフォンの場合、GPSをONにするとより便利です。

- ②119番通報の話し方(通信指令員の質問に教えてください。)

Q. 火災ですか？救急ですか？

A. 「火災です。」「救急です。」

Q. 住所を教えてください。(分からなければ近くの目標)

A. 「住所は、〇〇市〇〇字〇〇〇番地〇です。」「〇〇小学校の南側です。」

※住所がわかり次第、消防署では出場準備を開始します。

Q. 火災または救急の詳しい状況を教えてください。

A. <火災> (何が燃えているか、ケガ人・逃げ遅れの有無など)

「台所の鍋から火が出て建物に燃え移りました。ケガ人が1人いて、逃げ遅れはいません。」

<救急> (年齢、性別、意識の有無、症状・ケガの部位、時間経過、病歴など)

「〇〇歳の男性が5分前から胸が苦しいと訴え先ほど倒れました。呼び掛けに反応がありません。高血圧で〇〇病院に掛かっています。」

Q. 通報者の名前と電話番号を教えてください。

※折り返しの連絡をする場合があります。

A. 「私の名前は〇〇〇〇です。」「電話番号は〇〇〇〇-〇〇-〇〇〇〇です。」



通報時はあわてず、はっきり、正確に！！

閩安達地方広域行政組合 南消防署 ☎ 33-2875

暮らし

交通事故発生状況

・令和6年9月1日～9月30日

	件数	死者	傷者
本年	3(33)	0(0)	5(47)
前年	8(38)	0(1)	9(39)
増減	-5(-5)	0(-1)	-4(8)

郡山北警察署本宮分庁舎より
カッコ内は令和6年1月からの集計

募集

少年鑑別所って どんなところ？

福島少年鑑別所では施設見学会を開催します。この機会にぜひご覧ください。

▶日時：11/16(土)

- ① 9:00～ ② 11:00～
- ③ 13:30～ ④ 15:30～

※各回1時間20分程度

▶場所：福島少年鑑別所

▶内容：業務説明、施設見学

▶定員：各回20人程度(先着順)

▶申込：電話(要事前予約)

▶料金：無料



▲詳しくはホームページをご覧ください

閩福島少年鑑別所 ☎ 024-557-6561
(音声案内は3を入力してください)

マイナンバーカードを健康保険証として利用しましょう！

今年の12月2日で現行の健康保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証（保険証利用登録がされたマイナンバーカード）を基本とする仕組みに変わります。まだ、マイナ保険証をお持ちでない方は、以下の手順で①マイナンバーカードの取得、②マイナンバーカードの健康保険証利用登録（マイナ保険証に更新）を行ってください。

STEP ① マイナンバーカードを申請・取得

■申請方法は以下から選択可能です

- ・市役所窓口での申請
- ・個人宅等への出張申請
（申込先：市民部 市民課 ☎ 24-5341）
- ・オンライン申請（パソコン・スマートフォンから）
- ・郵便による申請
- ・まちなかの照明写真機からの申請

STEP ①がお済みの方は・・・

STEP ② マイナンバーカードを保険証として登録 （マイナ保険証に更新）

■利用登録の方法は以下から選択可能です

- ・医療機関・薬局の受付（カードリーダー）で行う
- ・マイナポータルから行う（市役所窓口でも可能です）
- ・セブン銀行 ATM から行う



●マイナンバーカード休日窓口を開設します

マイナンバーカードの申請や更新、暗証番号の再設定などの手続きが行えます。マイナンバーカードの健康保険証利用登録も可能です。必要なものや注意事項などについては、市のHP または広報もとみや 8月号をご覧ください。市民部市民課までお問い合わせください。（受け取りは指定された場所のみとなりますのでご注意ください。）

■会場・日時

場所	開設日	時間
白沢総合支所	11/10 (日)	午前：9:00～12:00（最終受付 11:30）
本宮市役所	11/24 (日)	午後：13:00～15:00（最終受付 14:30）

※高齢の方など窓口までお越しになりにくい場合は、市職員がご自宅や施設などに伺い、申請を受け付ける「出張申請」もご利用いただけます。

●マイナ保険証を取得されない場合

現在お持ちの国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証は記載内容に変更（住所・氏名・負担割合の変更等）がない限り、引き続き有効期限までご使用いただけます。

令和6年12月2日以降、**国民健康保険**では、保険証の記載内容に変更がある場合は、マイナ保険証をお持ちでない方には従来の保険証と同じように医療機関等で受診できる「資格確認書」を、また、マイナ保険証をお持ちの方にはご自身の資格情報をご確認いただくための「資格情報のお知らせ」をそれぞれ交付します。

後期高齢者医療では、令和7年7月31日までは、保険証の記載内容に変更がある場合、マイナ保険証の有無に関わらず「資格確認書」を交付します。

☎市民部 市民課 国保年金係 ☎ 24-5342

（マイナンバーカード休日窓口について…市民部 市民課 ☎ 24-5341 白沢総合支所 ☎ 44-2114）

暮らし 定額減税（年末調整時） に関する説明会

二本松税務署では源泉徴収義務者に向けて「定額減税（年末調整時）に関する説明会」を開催します。予約は不要です。

▶日時：11/21 (木) 14:00～
11/26 (火) 14:00～

▶場所：二本松福祉センター
（二本松市亀谷 1-5-1）3階 第一会議室
☎二本松税務署 法人課税部門
☎ 22-1259

相談 税についての 無料相談所を開設

毎年11月11日から17日の期間は「税を考える週間」です。東北税理士会二本松支部所属の税理士による無料相談所を開設します。予約は不要です。

▶日時：11/13 (水) 10:00～16:00

▶場所：えぼか2階中会議室

☎二本松税務署 総務課 ☎ 22-1192

※音声案内に従って「2」を入力してください。

制度の詳細やご不明な点などは以下までお問い合わせください

マイナンバーカードと健康保険証の一体化に関するお問い合わせ先

☎ 0120-95-0178（無料）

※受付時間（年末年始を除く）

平日 9:30～20:00

土日祝 9:30～17:30



令和6年度 県民介護講座（下期）のご案内

介護の知識や実技の基本をやさしく学べる講座です。興味のある講座のみの受講も可能ですので、お気軽にご参加ください。

◎介護実技基本講座 ～知ってよかった！らくらく介護講座～

開催日	内容	講師
11月30日(土)	「食事の介助とその工夫」	一般社団法人 福島県介護福祉士会 会員
12月7日(土)	「清潔を保つ方法」	
令和7年1月18日(土)	「排泄の介助とその方法」	

◎介護ワンポイント講座 ～知ってトクする！トクトク介護講座～

開催日	内容	講師
11月16日(土)	「介護する人の心の健康」	福島県精神保健福祉士会 会員
12月21日(土)	「これは助かる！便利な福祉用具」	一般社団法人 福島県作業療法士会 会員
令和7年1月11日(土)	「医療と介護」	福島県医療ソーシャル ワーカー協会 会員
令和7年2月15日(土)	「認知症を理解してかわり方を 学ぼう！」	認知症介護指導者 認知症と家族の会 会員

■時間：

介護実技基本講座 13:00～16:00

介護ワンポイント講座 13:00～15:00

■定員：各回とも25人

■会場：福島県男女共生センター（二本松市）

■受講料：無料

■申込先：

福島県社会福祉協議会

介護実習・普及センター

☎ 23-8306（火～土曜日受付）

FAX 62-4633

メール kaigo@fukushimakenshakyo.or.jp



▲申込は
こちらから

今月の手話

手話は音声言語と同様に一つの言語です。誰もが手話をしやすい環境をめざして、毎月1つ、手話を紹介しています。



「手話」

両手の人差し指を横に伸ばして向かい合わせ、交互に前に回す。

圏保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371

募集 介護助手を募集しています

本宮市の高齢者施設では、福祉の資格や経験が不要の「介護助手」を募集しています。直接的な介護業務ではなく、清掃や配膳・下膳など、介護の周辺業務を行います。

ご自身のライフスタイルに合わせて無理なく働いてみませんか？ぜひ、お気軽にお問い合わせください。



◀福島県福祉人材
センターホームページ

圏福島県福祉人材センター

☎ 024-521-5662

募集 市営住宅の入居者を募集します（一般公募）

住宅名	戸数	間取り
兼谷平（本宮字兼谷平 122）	1	4.5畳2室、6畳1室、DK
兼谷平（本宮字兼谷平 136-1）	3	4.5畳1室、6畳2室、DK
北川原田（本宮字北川原田 54）	1	4.5畳1室、6畳2室、DK
村山（仁井田字村山 7）	5	4.5畳1室、6畳2室、DK
石神（糠沢字五味内 208）	1	6畳3室、DK
柳内（白岩字柳内 67）	2	4.5畳1室、6畳2室、DK
下田（和田字下田 5-1）	1	6畳2室、DK

入居を希望される方は、入居基準の確認と必要書類の提出があります。

▶募集期間：11/1（金）～11/29（金）

圏建設部 建築住宅課 ☎ 24-5393

暮らし 「住まいの終活」をはじめませんか？

空き家は、適切に管理せず放置してしまうと、状態が悪化して資産価値が下がるほか、近隣の方の暮らしにも悪影響が及んでしまうことがあります。このような放置空き家を発生させないためには、あらかじめ住まいの将来について考え、ご家族で話し合うことが大切です。

ご自身の住まいへの思いを整理し、ご家族との話し合いのきっかけになるよう、「住まい」にフォーカスした終活について市のホームページへ掲載しましたので、ぜひ「住まいのこれから」を考え実践する際にご活用ください。



◀もとみや空き家ポータルサイト
「住まいの終活」をはじめませんか？

圏建設部 建築住宅課 ☎ 24-5393



ぬか茂の紅茶かりんとう



営業時間：【火～土】8:00～18:45 【日】8:00～18:00
定休日：毎週月曜日（祝日の場合翌日）
〒969-1126 福島県本宮市本宮字馬場 98
☎ 0243-34-2203 FAX 0243-34-1831



真心・親切、お客様の足となり日々安全運転！

一般貸切旅客自動車運送業
小型バスから大型バスまで

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご用命は

協和交通株式会社

TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481

〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1

広告

ご存じですか？「リフィル処方箋」

リフィル処方箋とは、症状が安定している患者に対して、医師の指示した一定期間内であれば医療機関を受診せずに最大3回まで同じ薬を受け取ることができる処方箋のことです。(ただし、投薬量に制限のある医薬品などは対象外です。)

リフィル処方箋の利用により、医療機関を受診する回数が減り、医療費や通院負担の軽減につながります。

■リフィル処方箋の使い方

医療機関を受診し、医師がリフィル処方箋による処方が可能であると判断した場合のみ利用できます。処方箋には「リフィル可」の欄にチェックが入ります。

◀ 1回目 ▶

通常の処方箋と同様に発行日を含めて4日以内に薬局で薬を受け取ります。その際に、次回調剤予定日が記載されたリフィル処方箋(原本)が返却されますので、なくさないように保管してください。

◀ 2回目以降 ▶

リフィル処方箋に記載された調剤予定日の前後7日以内に薬局にリフィル処方箋を提出し、薬を受け取ります。

■注意事項

- ・薬剤師による適切な管理のため、かかりつけの薬局を決めて、同じ薬局から薬を受け取ることをおすすめします。
- ・リフィル処方箋を受け取っていても、気になる症状や体調の変化を感じた場合は医師の診察を受けましょう。



圏市民部 市民課 ☎ 24-5342

2024 自衛官募集

■応募種目・採用条件・受付期間

試験日や入隊時期、待遇などは自衛官募集ホームページでお知らせしますので右記のQRをご確認ください。



応募種目	採用条件	受付期間(必着)
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者 (32歳の者は採用予定月の末日現在で33歳に達していない者)	11/28(木)まで
高等工科大学校生	推薦 中卒(見込含む)17歳未満の男子で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績をおさめ、学校長が推薦できる者	11/29(金)まで
	一般 中卒(見込含む)17歳未満の男子	令和7年1月16日(木)まで
自衛隊奨学生	学校教育法に規定する大学※1、高等専門学校、専門大学またはこれらの学校に相当する外国の学校において理学、工学、文学(語学)または法学を専攻している者※2で正規の修業年限を終わる年の4月1日時点で26歳未満の者(大学院※3修士課程在学者は28歳未満) ※1 短期大学及び大学院を含む ※2 今後専攻しようとしている者を含む ※3 専門職大学院を除く	令和6年12月2日(月)から 令和7年1月31日(金)まで

圏自衛隊福島募集案内所 ☎ 024-545-7995

募集 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解して、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する応援者です。ぜひ受講して、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりにご協力ください。

- ▶日時: 11/22(金) 10:00 ~ 12:00
 - ▶場所: えぽか1階 健康増進広場
 - ▶定員: 先着50人
 - ▶参加費: 無料
 - ▶申込: 下記までお電話にて申し込み
- 圏地域包括支援センター
本宮第一 ☎ 24-6220
本宮第二 ☎ 34-3344
白沢 ☎ 24-5131
上記につながりにくい場合は、
保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204

募集 地域包括支援センター福祉専門職募集

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、市では法人に委託して「地域包括支援センター」を市内に3カ所開設しています。各地域包括支援センターでは「保健師」「社会福祉士」「主任ケアマネージャー」などの福祉専門職が勤務しています。地域の高齢者の総合相談などに興味があり、福祉専門職として市の委託先法人で勤務を希望する方は下記連絡先へお問い合わせください。

- ▶募集職種: 保健師、社会福祉士、主任ケアマネージャー
- 圏保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204



広告

InnoCent 美容室 イノセント 0243-34-6030

カット	¥2,200 (一般)、¥1,600 (中学生以下)、 ¥3,300 (メンズ) ※ロングはプラス¥300
カラー	¥4,800 (シャンプーはプラス¥1,000、カット別料金)
パーマ	¥4,300 ~ ¥10,000 (シャンプー・カット込)
縮毛矯正	¥9,700 (ショート)、¥12,900 (セミロング)、 ¥16,000 (ロング) (シャンプー・トリートメント・カット込)

※こちらの広告を切り取り、お持ちいただくと、上記の割引価格でご案内します。

本宮字戸崎77-3
定休日 毎週水曜日
予約制

水道工事はお任せ! 本宮市水道工事指定店会

- オオナミ(株) (33-10001)
本宮市高木字戸崎63番地3
(有)光設工業所(33-18995)
本宮市青田字孫田2番地25
(株)小山設(33-3031)
本宮市本宮字仲町39番地
(有)須藤住機工業(34-55288)
本宮市本宮字小幡33番地1
(株)タカマツ(33-52242)
本宮市本宮字一ツ屋12番地7
(有)浜野和水道(33-27888)
本宮市本宮字塩田49番地2
(有)本宮設備(33-25992)
本宮市本宮字南町裡144番地1
(有)二和設備(44-4542)
本宮市和和田字作田3番地1

本宮市社会福祉協議会 正職員を募集します

本会では、令和7年4月1日採用予定の職員採用試験を行います。

■業務内容 生活困窮者、障がいのある方等の相談支援業務および法人が行う業務全般

■職種・採用予定人員・応募資格

職種	採用予定人員	応募資格
一般職	若干名	<ul style="list-style-type: none"> 平成元年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学・短大(高専を含む)、専門学校、高等学校を卒業した方または令和7年3月までに卒業見込みの方 社会福祉士を取得(登録済)している方または令和6年度国家試験により社会福祉士取得見込みの方 普通自動車免許を保有している方または取得見込みの方

■受付期間 9/2(月)～12/13(金) ※郵送の場合は、当日消印有効

■申込方法 詳しくは右のQRからホームページをご覧ください。

■試験日 令和7年1月25日(土)

■試験会場 モコステーション(本宮市本宮字九縄19-1)



本宮市社会福祉協議会 総務課 ☎ 24-7780

子育て 児童手当の制度が改正されました

令和6年10月分から、児童手当の制度が改正されました。

18歳以下のお子さんがある世帯には、8月上旬にお知らせなどを発送いたしますのでご確認ください。または、市のホームページをご覧ください。

※市から手当を受け取る方で、お知らせなどが届いていない方は、保健福祉部子ども福祉課までお問い合わせください。

※令和6年10月分、11月分は12月に支払われます。

本宮市保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375



ご存じですか？児童扶養手当

次のいずれかに該当する児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある人(心身に一定の障がいがあるときは20歳未満))を監護している母、監護し、かつ生計を同じくする父、または父母に代わってその児童を養育している人に手当が支給されます。

■対象児童 ①父母の婚姻が解消②父または母が死亡③母が婚姻によらないで妊娠④父か母の生死が不明⑤父か母が引き続き1年以上遺棄している⑥父か母が母または父の申し立てによりDV保護命令を受けた⑦父か母が法令により引き続き1年以上拘禁されている⑧父か母が法令で定める程度の障がいの状態にある

※受給資格者や同居している扶養義務者の前年分の所得額が一定の額を超えている場合は、その年の11月から翌年10月までの手当の一部または全部が支給されません。

■所得制限限度額表

扶養親族の数	本人		扶養義務者など
	全部支給	一部支給	
0人	690,000円	2,080,000円	2,360,000円
1人	1,070,000円	2,460,000円	2,740,000円
2人	1,450,000円	2,840,000円	3,120,000円
3人	1,830,000円	3,220,000円	3,500,000円
4人	2,210,000円	3,600,000円	3,880,000円
5人	2,590,000円	3,980,000円	4,260,000円

本宮市保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375

ひとり親の医療費を助成します

ひとり親家庭の前年の所得が、下記限度額未満の場合に申請することができます。

扶養親族の数	本人	扶養義務者など
0人	2,080,000円	2,360,000円
1人	2,460,000円	2,740,000円
2人	2,840,000円	3,120,000円
3人	3,220,000円	3,500,000円
4人	3,600,000円	3,880,000円
5人	3,980,000円	4,260,000円

※児童扶養手当法施行令第3条の規定による所得で、計算方法は同法施行令第4条の規定により計算された額となります。

■助成内容 該当者が医療機関で支払った医療費で、同一受診月ごとに自己負担額を合算し、1,000円を超えた場合、その超えた金額分を支給します。

■手続き あらかじめ登録しておく必要がありますので、登録申請をしてください。受診時は受給者証を提示して証明を受け、給付の申請をしてください。申請場所は保健福祉部子ども福祉課です。

本宮市保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375



医療法人 佑和会
雷クリニック

理事長 医学博士 雷 毅

一般内科診療、消化器・肝臓病診療、胃カメラ
大腸カメラ、日帰り胃・大腸ポリープ切除術、訪問診療、
一般健康診断、ドックなど行っています。

三春駅前：三春町担橋2-1-2

TEL 0247-62-6333

住設機器・各種配管・水廻りリフォーム 相談及び見積無料

キッチン・浴室・トイレ・洗面・給湯器・エアコン 販売 設置



株式会社 **タカマツ**

本宮市本宮字ツ屋12-7 ☎33-5242

土日祝祭日の修繕対応いたします(二日前までに要予約)

本宮市 大玉村 二本松市 三春町 郡山市 上下水道工事指定店

クレジットカード 電子マネー QRコード等 キャッシュレス決済 対応可



広告

ロマンス詐欺をご存じですか？ ～ネット上で出会った人物との金銭のやりとりにはご注意ください～

ロマンス詐欺とは

恋愛感情を利用し、メールやチャットでやりとりをしていく中で、結婚や付き合いをほのめかして有料サイトに誘導したり、うその投資話を信じさせたりして財産をだまし取る。実在する芸能人のなりすましや外国人からメッセージが届く国際ロマンス詐欺も近年問題になっています。

このような手口がありました！

●好きな芸能人のAから「あなたに会ってみたい」という内容のメールが届いた。嬉しくなり、すぐに返信したところ、事務所にやりとりが見つかる大変だと有料出会い系サイトでやりとりすることに。メールを送受信するには有料のポイントが必要だったが、Aに会えるならと気が付いたら合計で〇〇万円支払ってしまった。未だにAとは会っていない。

●マッチングアプリで出会った男性とやりとりを始めた。彼は日本に興味のある外国人で、日本語の勉強中だという。彼とやりとりを続けるうちに「二人で生活するために投資をしないか」と持ち掛けられ、彼に言われるまま指定の口座に入金した。その後、彼とは連絡が取れなくなってしまい、振り込んだお金も出金できない状況である。

注意するポイント

- 1 SNS やマッチングアプリで出会った人物を安易に信用しない。
- 2 出会い系サイト（サクラサイト）に誘導したり、投資話をもち掛けられたら詐欺を疑う。
- 3 お金のお話が出たら支払う前に家族や警察に相談する。

- ・ロマンス詐欺は一度お金を支払ってしまうと、取り戻すのが困難となるばかりではなく、信頼していた人から裏切られることによる精神的負担も大きいので、未然に防ぐことが大切です。
- ・ロマンス詐欺での被害金を取り戻ししようと弁護士を名乗る人物から着手金という名目で二次被害にあう事例もあるので注意が必要です。



困ったときは福島県消費生活センターにご相談ください！ ☎ 024-521-0999

閩市民部 防災対策課 ☎ 24-5366

暮らし 戦没者遺骨身元特定 DNA 鑑定申請のご案内

厚生労働省では先の大戦によって海外や沖縄、硫黄島で亡くなられた戦没者のご遺骨の身元を特定してご遺族のもとへお返しするため、DNA 鑑定の申請を受け付けています。鑑定料は国が負担します。希望される方は申請が必要となりますので、詳しくはホームページをご確認ください。



▲厚生労働省
ホームページ

閩厚生労働省 ☎ 03-3595-2219

相談 働きたいを応援！ 就職相談会 in 本宮市

就職・進路について悩みをもつ 15 歳～49 歳の方々やその家族を対象に就職相談会を開催します。相談は無料で秘密は守られます。ぜひご相談ください。

▶日時：11/27 (水) 13:00～15:00

▶場所：えぼか 2 階 中会議室

閩県北・相双地域若者サポート

ステーション ☎ 024-563-6222

相談 就職相談会

ふくしま生活・就職応援センターの相談員が、職業の紹介や応募書類の書き方など、就職に関するさまざまな相談をお受けします。

▶日時：11/20 (水) 13:30～16:30

▶場所：モコステーション 2 階 中会議室

▶対象者：就職を希望する市民や学生

▶相談内容：就職相談、職業紹介、応募書類の書き方など

▶申込方法：電話予約（当日可）

閩ふくしま生活・就職応援センター

郡山事務所 ☎ 024-925-0811

アットホーム おおたま



令和6年7月1日より
営業時間に変更になります。
旧 18:30最終受付 19:00閉館

↓
新 19:30最終受付 20:00閉館
皆様のご利用お待ちしております。

※宿泊、お食事処「ふる里」は
令和6年6月30日をもって、
営業を休止させて頂きました。

大玉村内勤務の方も割引にて入浴出来ます！

◀ お問合せ ▶

アットホームおおたま TEL0243-48-2026

営業時間：9:00～20:00
定休日：毎週水曜日

洋服お直しお任せ下さい

スソ上げ・ウェスト直し・袖丈直し
着丈直し・ファスナー交換・かけはぎ
etc... お気軽にご相談下さい。



白岩小学校前 **ワタナベ洋服店**

本宮市白岩字馬場 178-1 ☎44-2427

市民のうごき (10月1日の現住人口)

人口 29,811人 (+1) 前月比 自然増減(出生数-死亡数) -8人
 男性 14,807人 (+5) 社会増減(転入数-転出数) +7人
 女性 15,004人 (-4) その他職権等 +2人
 世帯 11,213世帯 (+12) ※国・県の公表結果と異なる場合があります

日曜・休日当番医 診察時間：9:00～11:30、14:00～16:30

3日(日)祝	佐藤内科胃腸科医院【小児】	☎ 22-0174
	二本松病院	☎ 23-1231
	東北病院【精神】	☎ 33-2588
4日(月)振休	上遠野内科医院【小児】	☎ 33-5866
	枡病院	☎ 22-2828
10日(日)	かさい小児科クリニック【小児】	☎ 22-8800
	枡記念病院	☎ 22-3100
	やなぎほり皮膚科クリニック【皮膚】	☎ 24-1028
17日(日)	みうら内科クリニック【小児】	☎ 22-5512
	東雲堂内科・循環器内科クリニック	☎ 24-2830
	斎藤医院【精神】	☎ 22-0036
23日(土)祝	二本松市岩代国保診療所【小児】	☎ 56-2461
	谷病院	☎ 33-2721
24日(日)	森小児科医院【小児】	☎ 22-3215
	本宮市国保白岩診療所	☎ 44-2008
	青木整形外科医院【整形】	☎ 22-3103
12月1日(日)	よしだこどもクリニック【小児】	☎ 34-6418
	二本松ウイメンズクリニック	☎ 24-1322
	しかの眼科【眼】	☎ 62-2520
12月8日(日)	土川内科小児科【小児】	☎ 22-6688
	みずのクリニック	☎ 23-5158
12月15日(日)	東和クリニック【小児】	☎ 66-2122
	渡辺クリニック	☎ 34-3311
	ぱぱクリニック【耳】	☎ 24-7122

※定期的な診察や予防接種など緊急性のない受診はご遠慮ください。
 上記以外のスケジュールは安達医師会 HP をご確認ください。

休日・夜間の救急医療機関 ◎夜間(18時～翌日8時) ●休日+夜間(8時～翌日8時)

月	11月												12月																														
	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火			
枡記念病院		○			○					●			○					○				○														○							
枡病院				●			○						○				●					○														○						●	
谷病院	○					○			○			○			○									●			○									○						○	
二本松病院			●				○				○							○				○													○							○	

※診察については、事前に病院へお問い合わせください。枡記念病院 ☎ 22-3100 枡病院 ☎ 22-2828 谷病院 ☎ 33-2721 二本松病院 ☎ 23-1231

【救急電話相談】… 病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったら、下記のダイヤルをご利用ください(24時間受付)
 # 7119 (県内のプッシュ回線・携帯電話から) 024-524-3020 (ダイヤル回線・IP電話・PHSから)
 【子ども救急電話相談】… 夜、急に子どもさんの具合が悪くなった場合にご利用ください。(19時～翌日8時)
 # 8000 (県内のプッシュ回線・携帯電話から) 024-521-3790 (ダイヤル回線・IP電話・PHSから)

今月の納税 圖財務部 税務課 ☎ 24-5347

- 国民健康保険税・・・5期
 - 介護保険料・・・5期
 - 後期高齢者医療保険料・・・4期
- ◀納期限▶ 12月2日(月)

※納付が困難な場合は、納付相談を随時行っています。

水道メーター検針のお知らせ

10月～11月分の水道メーター検針を、11月20日(水)から25日(月)に実施しますので、メーターボックスの上には物などを置かないよう、ご協力をお願いします。

漏水当番表 受付時間：8:30～17:00

2日(土)	(有)須藤住機工業	☎ 48-2357
3日(日)祝	(有)三和設備	☎ 44-4542
4日(月)振休	(有)浜野和水道	☎ 33-2788
9日(土)	(有)本宮設備	☎ 33-2592
10日(日)	オオナミ(株)	☎ 33-1001・☎ 33-2412
16日(土)	(有)光設工業所	☎ 33-1895
17日(日)	(株)小山設備	☎ 33-3031
23日(土)祝	(株)タカマツ	☎ 33-5242
24日(日)	(有)須藤住機工業	☎ 48-2357
30日(土)	(有)三和設備	☎ 44-4542
12月1日(日)	(有)浜野和水道	☎ 33-2788

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ。その他の水道修理や工事は、登録店へ依頼してください。登録店一覧は、右記QRをご確認ください。市では、特定の業者の紹介はしていません。



ごみの収集を休みます

11月4日(月)振休	文化の日の振替休日
11月23日(土)祝	勤労感謝の日

ごみの収集を行いませんので、ごみステーションにごみを出さないようご協力をお願いします。また、もとみやクリーンセンターへの個人搬入もできませんのでご注意ください。
 圖もとみやクリーンセンター ☎ 33-5499 市民部 生活環境課 ☎ 24-5362

相続遺言の無料相談会
 4日間開催 事前予約制 10:00～15:00
 11/6 [水] 13 [水] 20 [水] 27 [水]
 相談会場 おおたま法務事務所
 福島県安達郡大玉村 玉井字約堀6番地1 ヌールハイム約堀C号室
 専門家 司法書士 丹治 泰弘
 行政書士 (福島県司法書士会 福島支部 支部長)
 ご予約ダイヤル | 事前予約制 (お電話でお申込下さい)
0243-24-6585

相続・遺言・土地と建物の名義変更
 いぬい **乾亮太郎 司法書士事務所**
 義務化された相続登記のご相談を承ります。
 本宮市本宮字南町裡143-1 (サンライズもとみや前)
☎ 0243-24-9913
 夜間・休日・出張相談可(要予約) お気軽にお電話ください

広告

11月のイベント情報

※○の中の数字は掲載ページ番号です

総体 総合体育館

中公 中央公民館

白公 白沢公民館

サ サンライズもとみや

え えばか

夢 しらさわ夢図書館

FM FM モットコム

モコ モコステーション

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
10/27 もとみや秋祭り 	10/28 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	10/29	10/30	10/31 	1	2 
3 	4 ごみの収集をお休みします②	5	6 	7	8 親子との健康相談③ ④ ① 10:00～② 10:20～ ③ 10:40～ へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～11:43 FM	9 
10 マイナンバーカード 休日窓口（白沢総合支所）⑦ ① 9:00～② 13:00～ しらさわ秋祭り④ 10:00～16:00 秋の夢まつり⑫ ⑬ （古書リサイクル市など） 10:00～12:00	11 認知症カフェ （カフェさとやま） ※予約 ☎ 24-5131 10:00～ 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	12 認知症カフェ （あったかカフェまゆみ） ※予約 ☎ 34-3344 10:00～	13 1歳6カ月児健診 ⑤ （ブックスタートプラス①） 税についての無料相談所⑦ ⑧ 10:00～16:00 ちびっ子おはなし会⑫ 10:30～11:00 中公	14 3～4カ月児健診 ⑤ （プレブックスタート）	15	16 認知症カフェ （ひまわりカフェ） ※予約 ☎ 24-6220 10:00～ フレンドシップカフェ⑩ 14:00～16:00 モコ 少年鑑別所見学会⑯
17 第36回ふくしま駅伝 	18 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	19 	20 就職相談会⑭ モコ 13:30～16:30	21 こころの相談室⑮ ⑯ ① 13:00～② 14:00～ ③ 15:00～ 定額減税に関する説明会⑰（二本松福祉セ） 14:00～	22 へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～11:43 FM 認知症サポーター養成講座⑱ ⑲ 10:00～12:00 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会⑫ ⑳ 11:00～11:20	23 ごみの収集をお休みします②
24 マイナンバーカード 休日窓口（市役所）⑦ ① 9:00～② 13:00～ プチ・フレンドシップカフェ⑩ ㉑ 10:30～11:30 ドリームおはなし会⑫ ㉒ 11:00～11:45	25 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	26 定額減税に関する説明会⑰（二本松福祉セ） 14:00～	27 戦没者追悼式⑭ 白公 10:00～ 就職相談会 in 本宮市⑭ 13:00～15:00 ㉑ 3歳児健診 ㉑ （ブックスタートプラス②）	28 10カ月児健診 （ブックスタート）	29 	30 プチ・フレンドシップカフェ⑩ ㉑ 10:30～11:30



▲本宮市ふれあい美術館に展示してございます。ぜひご覧ください。

- ▽国分木材工業株式会社
- ▽株式会社東北電設
- ▽株式会社小山設備
- ・アンティーク家具・アンティークランプ



▲中央公民館 1階ロビーに展示してございます。ぜひご覧ください。

- ▽井上桂子
- ・堂宮彫刻「のぼり龍」（故井上栄政制作）

その他



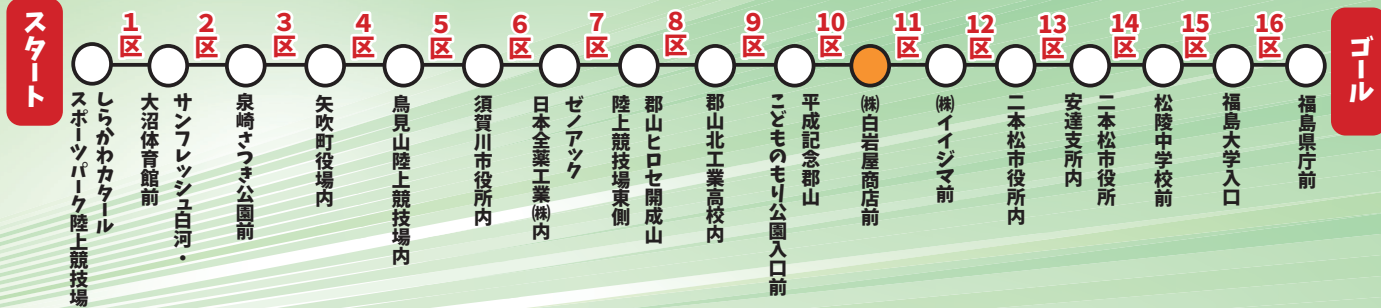
▲左から、本宮ロータリークラブ創立60周年実行委員会高島貞邦委員長、本宮ロータリークラブ小沼貞彦会長、高松市長

- ▽本宮ロータリークラブ
- ▽本宮ロータリークラブ創立60周年実行委員会
- ▽株式会社ライジングプロ・ホールディングス
- ・子育て環境の充実のため

皆さんの善意
ご寄付ご支援に感謝します
寄付金

第36回ふくしま駅伝 本宮市代表チームへ応援よろしくお願いします！

第36回ふくしま駅伝が、11月17日(日)にしらかわカタールスポートパーク陸上競技場をスタートし、福島県庁前をゴールとする96.3キロメートルのコースで開催されます。本宮市でも代表チームが参加し、本宮市を含む県内を駆け巡ります。第10中継所となる(株)白岩屋商店前を、午前10時58分頃通過予定です。



監督 岩瀬商会
橋本 真さん



コーチ 本宮陸協
高橋 寛紀さん



コーチ 福島芝浦電子佛
国分 慎二さん



安達地方広域行政組合南消防署
桑原 祐一朗さん



自衛隊郡山
小野 陽平さん



警視庁
佐藤 勝茂さん



(株)ヴァリエントバルコ
渡辺 晋史さん



自衛隊帯広
村上 秀さん



学法石川高3年
斉藤 陽一郎さん



福島東高3年
細田 光祐さん



田村高3年
国分 渉夢さん



帝京安積高2年
佐藤 悠生さん



帝京安積高2年
吉田 秋真さん



聖光学院高1年
猪狩 礼央さん



聖光学院高1年
常泉 榛斗さん



二本松実業高1年
渡辺 司牙さん



主将 本宮第二中3年
橋本 悠真さん



本宮第二中3年
武藤 拓也さん



本宮第二中3年
渡辺 蒼大さん



本宮第二中3年
善方 樹さん



本宮第二中3年
鹿又 篤生さん



白沢中3年
小川 哲司さん



白沢中2年
常泉 蓮斗さん



安達高1年
有馬 千尋さん



本宮第一中3年
遠藤 凜生さん



本宮第一中3年
国分 美杏さん



本宮第二中3年
先崎 夢姫さん



白沢中2年
橋本 杷奈さん



白沢中2年
小山 步乃未さん



26人の選手の中から、
16人がタスキをつなぎます

※氏名は常用漢字で表記しています。

本宮市長 今月の

「いとおかし」事

こと
第8回



本宮市長
高松 義行

先ずは、能登の皆様から心からの御見舞を申し上げなくてはならない事態となってしまいました。元日の大地震からの復旧の微かな光が見えてきた9月20日から24日にかけての大雨災害、心痛む状況です。お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りするとともに、今こそ多くの皆様の思いを能登にお届けいたしまししょう。宜しくお願い致します！

本宮の大水害からも今年で5年、被災者の皆様・市民の皆様と共に心折れずに頑張れたのは、多くの皆様の温かいお力添えのおかげであつた事は間違いありません。ハード面の防災対策は進んでおりますが、これで足りると言う事はありません。いざ自らが、家族が・その時如何に命を守るか、如何に助け合えるかが大事です。皆さんの備えは如何ですか？

今日は10月8日、明日から出張が続くので今日は朝から広報もとみやの11月号の筆を取っています。私は秋の月が好きです。今年の中秋は9月17日十四夜のお月さまでした。薄雲をあしらった十四夜の月、心静かに愛でる事ができました。

『月々に月見る月は多けれど月見る月はこの月の月』『名月を取ってくれろと泣く子かな』『月天心貧しき町を通りけり』『名月を隠す雲居や独り酒』・情景が浮かびます。

近頃は毎日の雨、お月さんが見えませんが、稲刈りの作業も心配です。満月も、三日月も、毎日姿を変えるお月さん、それぞれに良いものです。澄んだ夜空にお月さんと雁三羽・一度でよいので穏やかな心で愛でてみたいものです。私の秋の夜の密やかな夢です。

